

Östanfläkten 2/2022

Medlemstidning för

SPF SENIORENA Jönköping Öster

Ansvarig utgivare Göran Viklander

* Vårens program

Promenad - Dumme mosse - Ingen anmälan

Tisdag 5 april kl.14.00 Samling Lindgården

Dumme mosse är ett av länets största, mest varierade myrområden. Vi lovar en trevlig promenad med trevligt sällskap.

Månadsmöte - Arv, testamente, m.m. Ingen anmälan

Tisdagen 12 april kl.14.30 Lindgården

Pris 60 kr inkluderar fika Månadsmöte med Linnea Ludvigsson från Familjens Jurist som informerar om arv, testamente och framtidsfullmakt.

Studiebesök Henrix tryckeri, Huskvarna

Torsdag 21 april kl.12.30 Samling Kroatorpet

Vi gör ett studiebesök på Henrix tryckeri där vi trycker Östanfläkten m.m. Vi startar med lunch på Kroatorpet. Var och en betalar för sig.

Anmälan senast 14 april till Lilian Mattsson

070-270 17 16 eller med e-post till lilian-mattsson@hotmail.com

Vandring - Jönköpings centrala parker

Tisdagen 26 april kl.14.00 - Ingen anmälan

Samling Hamnparken, Jönköping

Lennart Angselius guidar oss runt bl.a. Hamnparken, Rådhusparken, Braheparken m.m.

Vandring på Liljeholmen samt lunch på Matrosen

Tisdagen 3 maj är ni välkomna till en vårvandring på Liljeholmen/Rosenlund med vår guide Lena Andersson.

Vi avslutar med lunch på Matrosen.

Vi samlas kl.10.00 på Lustigkullen

Anmälan senast till Berit Gustavsson 070-265 89 22 eller e-post till berit.gee@gmail.com

Månadsmöte - Brottsofferjouren - Ingen anmälan

Tisdagen 10 maj kl.14.30 Lindgården

Pris 60 kr inkluderar fika

Vi får besök av Brottsofferjouren som informerar om sin verksamhet. Ideell förening som ger stöd åt människor som blivit utsatta för brott m.m.

Betalningssätt på våra månadsmöten

Nu kan vi ta emot betalning kontant eller med kort på våra månadsmöten.

Vårt system är en enkel lösning där du bara "blipper" ditt kort. Vi tror också att de allra flesta av oss har någon form av bankkort och det system vi har tar emot i stort sett alla varianter.

Ordförande har ordet

Nu känns det verkligen som att vi har kommit igång på allvar igen. Ett välbesökt årsmöte i februari med mycket bra underhållning och ett förnyat förtroende för styrelsen - tack för det. Ytterligare ett välbesökt möte i mars med vad jag fick höra ett oerhört intressant föredrag om kändisar. Lägg därtill ett afterwork, Boula-La och Porsche Center. Nu väntar vi på kommande aktiviteter t.ex. guidepromenader på Liljeholmen och Jönköpings centrala delar med bland annat det nya konstverket vid Munksjön. Boka också in nästa månadsmöte i april. Då får vi lära oss om arv, testamente och framtidsfullmakt. Om ni sedan hinner mellan alla aktiviteter så passa på att njuta av solen. Gå ned på stan med goda vänner och ta en kopp kaffe i solgasset. Nu är det långt till höstrusket.



Livet är en gåva

Avslutningsvis några kloka ord från en bloggare i Blekinge: Livet är en gåva och allt är föränderligt. Ta vara på livet, det är ganska kort. Vilka vi än är, behöver vi mat, tak över huvudet och kläder på kroppen. Resten är relativt onödigt. Men de stunder som skapar minnen som vi kan spara för resten av livet, de är heliga. Minnen är med oss livet ut och i slutändan är de det allra viktigaste vi har kvar när inget annat spelar någon roll. När vi kanske inte har så långt kvar att leva, kommer vi tänka tillbaka på allt vi sett, gjort och upplevt. Så ta vara på livet, du har bara ett. Ett bra sätt att skapa minnen och samtidigt få en social gemenskap är att vara med på våra aktiviteter. Ta gärna med en granne eller bekant också, så de får upptäcka vårt utbud.

Göran Viklander, ordförande

"Stilgruppen"

"Visst är det roligt att åldras med stil"

Detta är mottot för vår cirkel där vi lärt känna oss själva, både genom yttre och inre stil.

"Gör om mig konceptet" under 2019

handlade om stil, mode, makeup, m.m.

Så kom pandemin och vi fick ett uppehåll under 2020.

Den 15 sept. 2021 startade vi med ett nytt koncept "Läran om hur vi lever" Under hösten utökade vi våra kunskaper i följande ämnen.

* Genom NTF lärde vi oss säkerhet i trafiken både som trafikant, cyklist och gående.

Kollision vid 50 km/tim. vad gäller vid gångpassage, test av nya cykelhjälm "Hövding hjälmen". Se foto på hemsidan

* Apotekare Annika lärde oss allt om muntorrhet, bl.a. är 200 läkemedel en av orsakerna. Rinnande ögon m.m.

* SPF:s egen IT Kalle lärde oss lite om bl.a. parkerings appar, data problem och hur viktigt det är att stänga av datorn för att undvika olika skräppmail och starta om mobiltelefonen en gång i månaden.

* Nu är det 2022 och vi vill gå lite djupare in i framtiden. Vi fick möjlighet via Zoom delta som "Medborgarrepresentanter 65+" i en föreläsning för AT-läkare i gerontologi. Svar på läkarnas frågor har vi sammanställt och skickat till Högskolan för bearbetning.

*Positiva och negativa kontakter med vården.

* En dag på Tingsrätten tillsammans med Brottsofferjouren och Vittneskydd, ännu ett intressant ämne.

* Nu fortsätter vi under våren med lite inredning för själen.

Stilgruppen (**Snyggaste Tanterna i Länet**) vid tangenterna **Birgitta Dele**



Avsändare:
SPF Seniorerna Jönköping Öster
c/o Lindgården
Ringvägen 1
554 54 Jönköping

Välkomna att delta på vår månadsmöten och aktiviteter.

På vår hemsida som uppdateras kontinuerligt hittar du alla aktiviteter och kan läsa mer om dessa. Gör det till en vana att kontrollera hemsidan så är NI uppdaterade på alla våra aktiviteter. www.spfseniorerna.se/jonkopingoster

Besök gärna vår hemsida www.spfseniorerna.se/jonkopingoster

Facebooksida <https://www.facebook.com/www.spfoster>

SPF Seniorerna Jönköping Öster

Styrelse år 2022

Ordförande	Göran Viklander
Vice ordf.	Lilian Mattsson
Sekreterare	Olle Burström
Kassör	Jan-Olof Svensson
Ledamot	Britt-Marie Florvik
Ledamot	Greta Karlsson
Ledamot	Agneta Hedljung
Ledamot	Bengt-Åke Gustafsson
Ledamot	Kalle Stawiarski

Revisor	Stig Wikström
Revisor	Yvonne Lindgren
Suppleant	Gunnar Olsson

Valberedning	Gerd Berggren
	Anita Ljunggren
	vakant plats

Att företräda SPF Öster på distriktsstämman

Göran Viklander
Lilian Mattsson
Greta Karlsson
Birgitta Dele
Berit Gustavsson

Ledamöter i Samrådsgrupp för Kommunala Pensionärs Rådet (KPR)

Lena Brink
Anita Ljunggren

Medlemsregisteransvariga i SPF Öster

Greta Karlsson
Britt-Marie Florvik

Facebook	Olle Burström
Festansvarig	Jan-Olof Svensson
Webbredaktör	Kalle Stawiarski
Östanfläkten	Kalle Stawiarski

SPF Östers Plusgiro 358 576-7

8 februari höll SPF Öster sitt årsmöte

76 medlemmar hade hörsammat kallelsen till årsmötet. Ordförande Göran Viklander hälsade alla välkomna och därefter hölls en presentation över tre medlemmar som gått bort under 2021. Göran öppnade sedan årsmötet och Rolf Johnsson valdes till ordförande för årsmötet och Elisabeth Lindberg valdes till sekreterare. Dagordningens samtliga 26 punkter avhandlades. Efter avslutat årsmöte avtackades Rolf och Elisabeth med varsin bukkett tulpaner.



Dagens underhållare, Christer Möller och Thomas Karlsson, startade upp med ett svängigt potpurri av kända låtar från Sven-Ingvars repertoar. Vi fick också höra några välbekanta Elvislåtar, någon Ove Törnqvist låt samt flera andra svängiga låtar.

Publiken sjöng villigt med och applåderade så mycket att vi fick ett extranummer, som blev Tjo och tjim och inget annat av Ulf Peder Olrog. Publiken tyckte att Christer och Thomas var fantastiskt bra och hade gärna velat höra mycket mer. Sedan var det dags för kaffe, fralla och kakor, som smakade utmärkt. Mötet avslutades med lotteridragning från ett välfyllt vinstbord.

Vid tangenterna — **Lilian Mattsson**

Bangolf

Snart börjar utomhussäsongen och då träffas vi på Bangolfen i Liljeholmsparken. **Vi startar torsdagen 14 april kl.11.00.**

Vi delar upp oss i 3-4 lag och spelar en golfgrunda, vilket tar ca 1 timma. Därefter fikar vi alla tillsammans. Några entusiaster går en runda till efter fiket men det är ju frivilligt. Det blir ett par timmars trevlig, social gemenskap. Vi kan vara fler som spelar så Du är mycket välkommen! Det behövs ingen anmälan, det är bara att komma. Vill du ha mer information kontakta Lilian Mattsson, 0702-701716 eller lilian-mattsson@hotmail.com
Vid tangenterna **Lilian Mattsson**



SPF Östers månadsmöte 8 mars

samlade ett 80-tal medlemmar från SPF Öster Jönköping. Möte inleddes med att Olle Burström hälsade välkommen och informerade om kommande aktiviteter därefter välkomnade Olle dagens föreläsare, journalist Uno Grönkvist.

Uno kåserade om berömda människor, som han mött under sitt liv. Det var en blandning av svenska och utländska kungligheter, politiker, kulturprofiler och idrottsstjärnor.

Bland några kan nämnas Haile Selassie, Bert Karlsson, Sammy Davis, Louis Armstrong och Jane Fonda. Uno frågade flera av dessa kändisar hur man tar sig till toppen och svaret var: "Man måste vara egoistisk annars når man inte toppen." Under tiden Uno kåserade visade han ett intressant bildspel, som innehöll bilder han tagit vid sina möten med kändisar samt en del privata bilder han fått av kända personer han träffat.

Uno har under hela sitt liv samlat autografer och det blev naturligtvis en imponerande samling, som han nyss sålde till ett pris av en kvarts million.

Dessa pengar skänkte han till Läkare utan gränser. När han berättade detta fick han en stor applåd. Föreläsningen var mycket uppskattad av medlemmarna som visade det med en rundande applåd. Mötet avrundades med fika, lotteridragning och dragning på motionskortet, där tre flitiga motionärer vann ett presentkort.

Vid tangenterna — **Lilian Mattsson**



Vill du var med och forma verksamheten?

Vi har några vakanser i föreningen så är du intresserad av att engagera dej i föreningsarbetet så är du välkommen att höra av dej till någon i styrelsen.

E-post?? Om du har e-postadress kan vi nå dig med information om nyinsatta programpunkter och annat av vikt, så ring Greta 070-623 65 95 eller Britt-Marie 070-635 20 40 och meddela din e-postadress! Om du inte har någon e-post, kommer du naturligtvis även i fortsättningen att få Östanfläkten med vanlig post.

I samarbete med

